

## Projet Planning 2020-2021 au gymnase Renée Dallier

Lundi	Mardi		Jeudi	Vendredi
9h30 10h30 Gym Douce Seniors	10h 11h Gym Seniors Pilates		10h 11h Gym Seniors Balance exercices	10h 11h Gym Seniors Dynamique
10h30 11h30 Cardio /renforcement musculaire seniors	11h 12h Gym Seniors Pilates		11h 12h Gym Seniors Cardio-Zumba/ renforcement musculaires	11h 12h Gym Seniors Gym Douce
				
			12h 13h Gym Seniors Pilates	12h 13h Gym Seniors Dynamique



accès à tous les cours du matin du gymnase Dallier  
Pas de cours durant les congés scolaires.  
[www.courbevoie-gymnastique.com](http://www.courbevoie-gymnastique.com)



A noter : Les cours sont susceptibles d'être modifiés en cours d'année.  
Les activités débutent le 1<sup>er</sup> septembre et prennent fin au 30 juin  
Pas de cours pendant les congés scolaires.